



Sachbuchtipps des Monats Januar 2022

© Hartmut Fanger

Psychische Erkrankung? Ganz normal!

SONJA KOPPITZ: „SPINNST DU?“, Rowohlt Verlag, Hamburg 2021

Noch immer gilt es als Tabu, über psychische Erkrankungen zu sprechen. Im Mittelalter wurden Betroffene als vom Teufel Besessene betrachtet, was nicht selten zu Folter und Hexenverbrennung führte – vor noch gar nicht so langer Zeit unter dem euphemistischen Begriff Euthanasie während des Nationalsozialismus gar zur Ermordung. Heute werden an psychischer Erkrankung Leidende oftmals noch immer stigmatisiert. Der Gang zum Psychiater erweist sich nicht selten als Weg, von dem man nicht gerne spricht.



Die aus Rundfunk und Fernsehen bekannte Journalistin Sonja Koppitz möchte mit ihrem neuesten Buch „Spinnst du?“ zu einem anderen Bild psychisch Kranker in der Gesellschaft beitragen, zu einer Veränderung in Wahrnehmung und Wertschätzung. Nicht umsonst heißt es im Untertitel „Warum psychische Erkrankungen ganz normal sind“. Hemmungen, Hilfe anzunehmen, sollen abgebaut werden. Zugleich stellt sich im Gegenzug die Frage, wie krank eigentlich unsere Gesellschaft selbst sein mag. Wer kennt nicht die Begriffe ADHS, Angst-, Ess- oder Zwangsstörungen, Autismus, Burnout, Borderline oder Schizophrenie. Von der Volkskrankheit Depression ganz zu schweigen. Auf über 350 Seiten verschafft Koppitz einen Überblick über die Vielfalt der Verbreitung psychischer Störungen, zeigt Lösungswege auf und verweist darüber hinaus auf Möglichkeiten für Angehörige, psychisch Kranken zu begegnen.

Dabei spricht sie aus eigener Erfahrung. Vom Tod der Mutter mit einhergehender Depression, einem Aufenthalt in der Psychiatrie und der Herausforderung, überhaupt einen Therapieplatz zu bekommen. Letzteres scheint allein schon insofern ein phänomenales Defizit, als laut Koppitz ‚die Anzahl der in Deutschland ambulant tätigen Psychotherapeut:innen in den vergangenen Jahren stark angestiegen ist und etwa 24000 bei den gesetzlichen Krankenkassen zugelassen sind‘ und dementsprechend abrechnen können. Dennoch sind die Wartezeiten für Hilfesuchenden enorm und es kommt oft erst zur Behandlung, wenn die entsprechenden Symptome bereits am Abklingen sind. Was das für Betroffene in der Zwischenzeit zu bedeuten hat, liegt auf der Hand: Hier sind „Antrieb, Durchhaltevermögen und Mut“ gefragt, alles Ressourcen, woran es gerade den geschwächten Betroffenen mangelt.

Alles in allem eine spannende populärwissenschaftliche Auseinandersetzung, gründlich recherchiert und bei allem Ernst der Sachlage nicht ohne Humor geschrieben, aufgearbeitet mit Literaturangaben, Stichwortregister und Fußnoten. Lesenswert nicht zuletzt, weil neben fachspezifischen Literaturangaben eine Fülle literarischer Beispiele angeführt werden, wie zum Beispiel von Johann Wolfgang Goethe, Martin Walser, Hermann Hesse, Siri Hustvedt, Artur Schopenhauer und vielen mehr. Allenfalls wären noch die Väter jener kritischen Haltung, wie die Begründer der Antipsychiatriebewegung in den 70ern, Ronald D. Laing und Michel Foucault, erwähnenswert gewesen. Doch lesen Sie selbst, lesen Sie wohl!

Unser Dank für ein Rezensionsexemplar gilt dem Rowohlt Verlag!

